

## "ฮว่านงอก" .....สมุนไพรน่าสนใจจากเวียดนาม

นำเสนอเมื่อ : 22 ก.ย. 2552

มีสมุนไพรชื่อแปลกที่หลายคนอาจไม่เคยได้ยินมาก่อนอย่าง "ฮว่านงอก" มาแนะนำให้รู้จักกัน  
พืชชนิดนี้เป็นพืชสมุนไพรจากประเทศเวียดนาม ลักษณะเป็นเป็นพุ่มมีใบมาก ใบเป็นรูปรีเวลายแหลมมีสีเขียวเข้ม

### ประโยชน์ของต้น "ฮว่านงอก" นี้มีมากมาย

ตั้งแต่ช่วยคลายความปวดเมื่อยให้ร่างกาย รักษาโรคความดันสูง โรคกระเพาะอาหาร เลือดออกในลำไส้  
และโรคเกี่ยวกับกระเพาะปัสสาวะ รักษาโรคตับอักเสบ ไตอักเสบ และรักษาอาการปวดต่างๆที่ไม่ทราบสาเหตุ รวมไปถึงไขหวัด  
เรียกว่ารักษาได้สารพัดโรคเลยทีเดียว

การใช้ฮว่านงอกรักษาโรคนี้ ก็แค่เคี้ยวกินใบสดๆ หรือคั้นแล้วกรองน้ำดื่มเข้าไป หรือจะต้มเป็นน้ำแกงกินก็ได้  
โดยคนที่ เป็นโรคกระเพาะอาหารให้กินครั้งละไม่เกิน 7 ใบ วันละ 2 ครั้ง กินไปจนครบ 50 ใบ โรคเลือดออกในลำไส้  
กินครั้งละไม่เกิน 7-13 ใบ วันละ 2 ครั้ง สำหรับอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย กินครั้งละไม่เกิน 7-14 ใบ  
โรคความดันโลหิตสูงให้กิน 5-9 ใบ จากนั้นความดันจะลด และสำหรับสตรีหลังคลอดกินวันละ 1  
ใบก็จะช่วยให้ร่างกายฟื้นตัวได้เร็วขึ้น

นับว่าเป็นอีกหนึ่งสมุนไพรที่มีสรรพคุณน่าสนใจไม่น้อยเลยทีเดียว